

SON-POUR SON-POUR



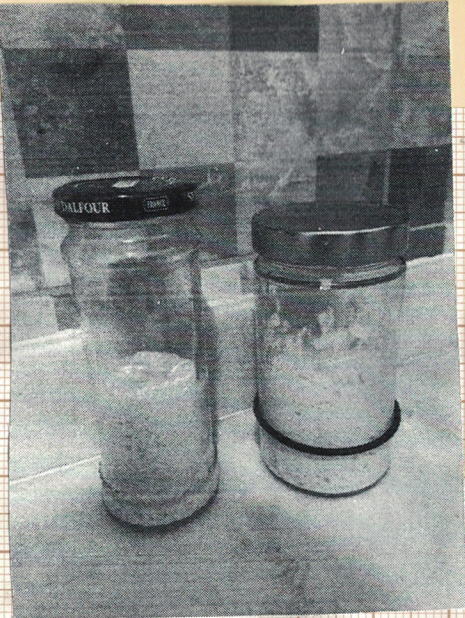


a comunidade online do pão é muito ativa. e  
que administram blog sobre isto. o processo  
tempo mínimo de 1 semana para desenvolver  
de 5-7 horas, e 1 hora  
até o seu braço doer, nas primeiras  
de 4 stretch-and-fold a cada  
hora até dobrar e sustentar  
massa até shaping, o mais co  
hora do shaping e modela ele  
cumbuca e modela ele  
torção espiral interna  
bowl com pano a  
descansar por 1  
forno o mais

a devo todo que eu sei às mães <sup>suburbanas</sup>  
demora em torno de dois dias, fora o  
1º fermento. depois de alimentar seu fermento,  
a de fazer a massa. primeiro se fermenta  
sal. mistura tudo por uns 5 minutos a  
duas horas. depois descansa a  
meia hora. depois faz uma série  
um vez quando é puxada a  
plexo. você retira o pão da  
de forma a criar um pão de 30 min pra cozer.  
coloca o pão num  
farinhal e deixa  
as duas horas.  
alto possível. 30-40 min.

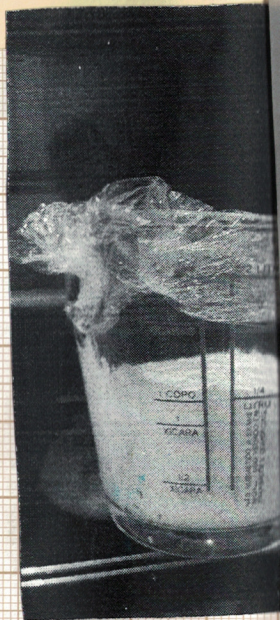


1)



levain 1:1:1 6HRS

2)



4)



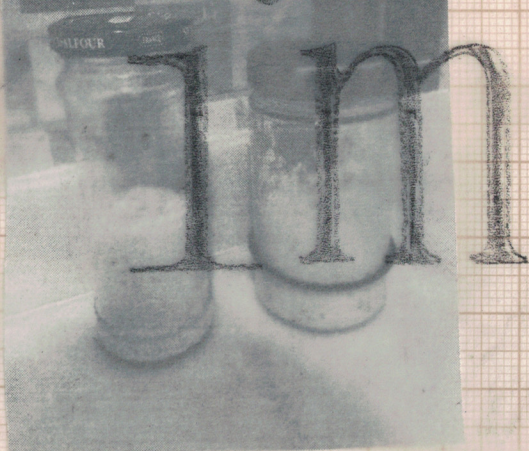
20:75:100

3)





1)



levain 1:1:1 6HRS

2)

a



→ 6 HRS

5)



SHAPING  
LASTING

3)



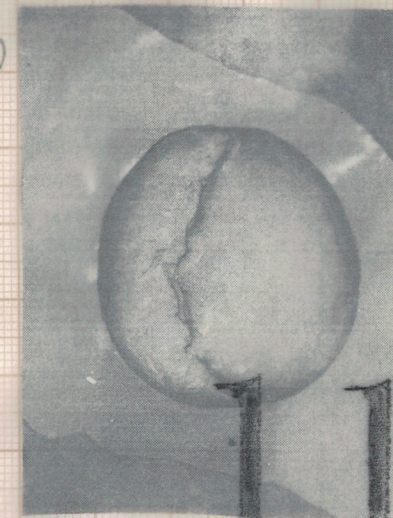
4)

slave



→ 10 HRS

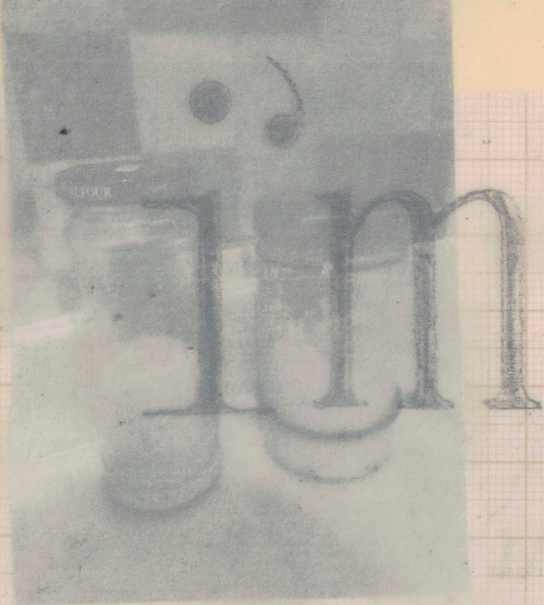
4



→ 2 HRS  
CORTÉ À 50°

20:75:100





levain 1:1:1 6HRS

-2)



→ 6 HRS

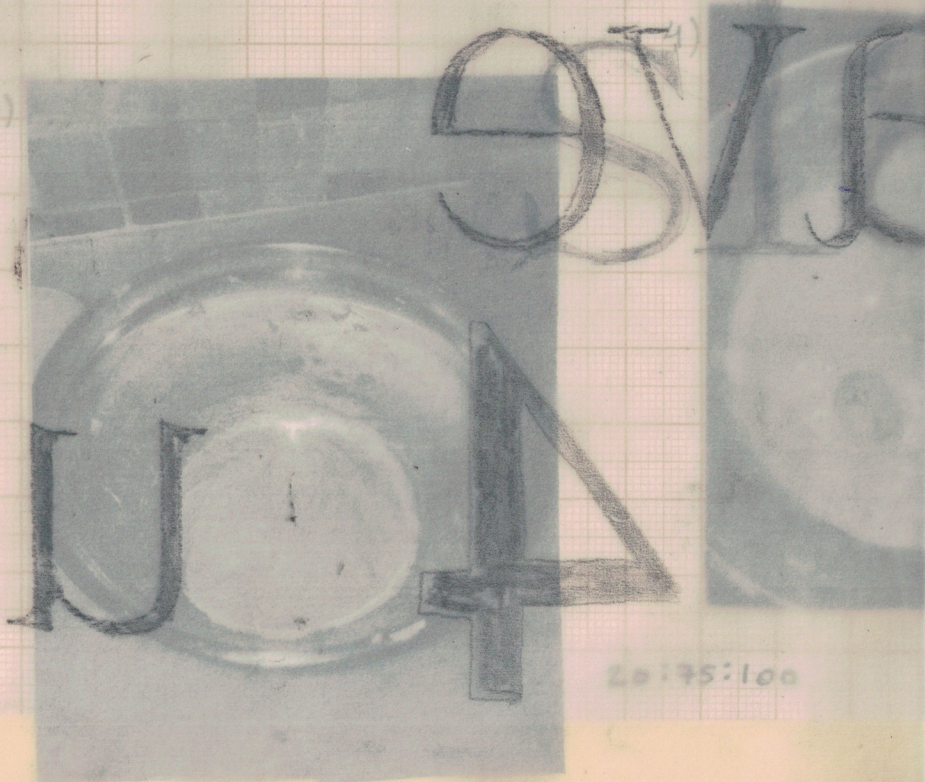


5)



SHAPING  
TARTINE

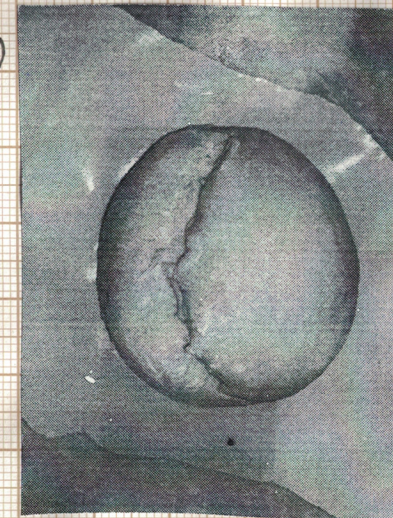
3)



→ 10 HRS



6)



→ 2 HRS  
CORTÉ A 50°



